



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com](http://lezzetler.com) Yemek Tarifleri Sitesi

YOĞURT SOSLU TAVUK SALATASI

- 1 adet tavuk göğüs biftek
- 1 adet göbek salata
- 10-15 adet badem
- 2 çorba kaşığı kuru üzüm
- 1'er adet yeşil elma ve portakal
- Sosu için:
- 4 çorba kaşığı yoğurt
- 3 çorba kaşığı zeytinyağı
- Y arım limon suyu
- 1 çay kaşığı hardal

Tavukları uzunlamasına bir parmak kalınlığında doğrayın. Izgarada ya da yağsız tavada kızartın. Göbek salatayı irice doğrayıp servis tabağına alın. Kızarmış tavukları üzerine yerleştirin. Yoğurt, zeytinyağı, hardal ve limon suyunu çirpin. Hazırladığınız sosu salatanın üzerine gezdirin. Badem ve kuru üzümleri de serpiştirin. Elma ve portakal dilimleri ile salatayı süsleyip servis yapın.